

Info-GAIHST

Juin 2020

TU ES EN TÉLÉTRAVAIL?

TU PEUX AUSSI
ÊTRE HARCELÉ.E



LE GAIHST PEUT TE SOUTENIR

514 526-0789
info@gaihst.qc.ca
www.gaihst.qc.ca

Ça fait
pas partie
d'la job!

LE HARCÈLEMENT?

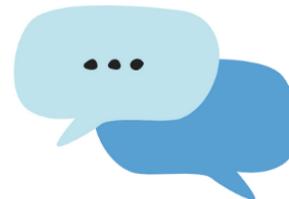
Ça fait
pas partie
d'la job!

VOUS TROUVEZ AUSSI?
RETROUVEZ NOS SERVICES SUR:
WWW.GAIHST.QC.CA



TU AS ENVIE DE DISCUTER?

3X PAR MOIS ON
PROPOSE DES CAFÉS-
RENCONTRES
VIRTUELS



514 526-0789
info@gaihst.qc.ca
www.gaihst.qc.ca

Ça fait
pas partie
d'la job!

TU ES EN TÉLÉTRAVAIL?

TU PEUX AUSSI
ÊTRE
HARCELÉ.E



LE GAIHST PEUT TE SOUTENIR

514 526-0789
info@gaihst.qc.ca
www.gaihst.qc.ca

Ça fait
pas partie
d'la job!

TU VEUX OFFRIR LE MEILLEUR
ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL À
TON ÉQUIPE ?



Le GAIHST propose des
sessions d'information et de sensibilisation
au harcèlement !

514 526-0789
info@gaihst.qc.ca
www.gaihst.qc.ca

Ça fait
pas partie
d'la job!

TU PENSES VIVRE DU
HARCÈLEMENT À TON TRAVAIL?

NOS INTERVENANT.E.S DU
GAIHST SONT LÀ POUR
RÉPONDRE À TES
QUESTIONS !

514 526-0789
info@gaihst.qc.ca
www.gaihst.qc.ca

Ça fait
pas partie
d'la job!

#harcèlement #cafaitpaspartiedlajob #solidarité #visuels
#partage #gaihst #prévention #sessionsdesensibilisation

Sommaire



- Le mot de la directrice générale P.3
- La COVID-19 et son impact sur les lieux de travail P.4
- Fabriquer un masque ou un couvre-visage P.4
- Article—Harcèlement psychologique : une gestion abusive coûte cher au Cégep Lévis-Lauzon P.5
- Nos services en temps de COVID-19 P.6
- Assemblée générale du GAIHST P.7
- Devenir membre du GAIHST P.7
- Article—Se libérer des chaînes de la culpabilité P.8
- Groupes virtuels P.9
- Babillard P.10

Le mot de la directrice générale



Bonjour à toutes et à tous,

J'espère que cet Info-GAIHST vous retrouve en forme et que les derniers mois se sont bien déroulés pour vous malgré le contexte inhabituel dans lequel nous nous retrouvons. En ce début d'été, le déconfinement graduel aidera certainement la reprise de certaines activités qui faisaient plaisir à tous.

Au GAIHST, le travail à distance se poursuit, mais sachez que nos services sont tous maintenus et adaptés à la situation. Que ce soit pour notre département de relation d'aide, notre département des plaintes ou notre département de l'éducation, nous sommes toujours là pour vous. De plus, nos cafés-rencontres se poursuivent sous forme virtuelle et je tiens à souligner la grande participation de la clientèle. Les inscriptions et les commentaires que nous recevons nous démontrent que malgré la distance, la formule est appréciée. Ces rencontres se poursuivront tout au long de l'été! Si ce n'est pas déjà fait, suivez-nous sur notre page Facebook/Gaihst. Les invitations sont publiées chaque mois.

Grâce au programme Emplois d'été Canada, le GAIHST accueillera cet été des étudiant.e.s pour des postes en relation d'aide et en droit. Cette aide supplémentaire est appréciée, surtout en ce contexte particulier. À ce jour, j'ai le plaisir de souhaiter la bienvenue à Joana Zghaib, Leyla Chaachay et Maude Moffet.

De plus, l'assemblée annuelle du GAIHST arrive à grands pas, soit le 7 juillet 2020. Ce sera une nouvelle expérience en visioconférence et nous comptons sur la présence de nos membres pour qu'ensemble, nous puissions faire le point sur l'année qui vient de se terminer et celle qui commence.

J'aimerais terminer en mentionnant que ces derniers mois nous démontrent encore une fois que les inégalités sociales existent, mais qu'individuellement et collectivement, il est possible pour nous d'être porteur de messages positifs et de changer les choses. Restons solidaires, attentifs et ouverts envers la diversité, peu importe sa forme.

Entre temps, sachez qu'il est important pour moi de vous dire que si vous avez des questions ou des préoccupations, je serai disponible pour vous.

Bonne lecture et bon été!

Cindy Viau

Directrice générale

La COVID-19 et son impact sur les lieux de travail

COVID-19



Si vous avez de la fièvre, de la toux et des difficultés respiratoires, consultez un médecin au plus tôt

La COVID-19 est venue changer le monde tel que nous le connaissons. Notre vie quotidienne s'adapte à cette nouvelle réalité, tout comme les milieux de travail.

Actuellement, les options de télétravail deviennent plus fréquentes et le retour des employés dans de nombreux lieux de travail se fait lentement et progressivement, cependant, le harcèlement au travail ne disparaît pas, même si les gens travaillent à domicile ou s'ils travaillent moins de jours par semaine.

Le stress généré par la pandémie peut avoir un impact sur certaines personnes, tel que l'isolement, l'anxiété, la dépression, etc. et nécessite une attention adéquate.

Le temps ajustera la nouvelle dynamique de travail et en attendant, nous continuerons de nous adapter aux nouveaux besoins de notre clientèle et à travailler pour avoir des environnements de travail sans harcèlement.

Fabriquer un masque ou un couvre-visage

L'utilisation des masques est obligatoire dans certains endroits et recommandée dans la plupart des places. Le gouvernement a donc partagé un tutorial pour faire des masques à la maison.

Nous vous partageons ce tutoriel pour vous aider à concevoir vos masques!

Matériel

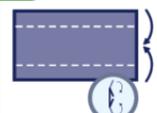
- * Bandana (ou tissu carré d'environ 50 x 50 cm)
- * Bandes élastiques (ou élastiques à cheveux)
- * Ciseaux (au besoin)

1



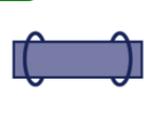
Posez le bandana sur une table, devant vous. Pliez le bandana en deux, en ramenant les coins du haut vers les coins du bas. Vous avez maintenant un rectangle de tissu double épaisseur.

2



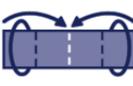
Amenez les coins du haut vers le centre du rectangle. Amenez les coins du bas vers le centre du rectangle. Vous avez maintenant un rectangle avec quatre épaisseurs de tissu.

3



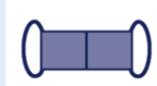
Placez une bande élastique environ au quart du rectangle, à partir de la gauche. Placez une bande élastique environ au quart du rectangle, à partir de la droite.

4



Ramenez les deux coins gauches vers le centre du rectangle. Ramenez les deux coins droits vers le centre du rectangle.

5



Soulevez le masque à l'aide des élastiques, puis placez-le sur votre nez et votre bouche. Fixez le masque en plaçant les élastiques derrière vos oreilles.

6



Ajustez le masque de manière à ce qu'il recouvre complètement votre nez et votre bouche.

Pour plus d'informations, visitez <https://www.quebec.ca/masques>

Harcèlement psychologique : une gestion abusive coûte cher au Cégep Lévis-Lauzon

Écrit par Leyla Chaachay
Assistante juridique



Le 15 mai dernier, dans une affaire de harcèlement psychologique au travail, la juge administrative Myriam Bédard condamnait le Cégep Lévis-Lauzon à des dommages moraux et punitifs de 25'000\$ et 10'000\$ respectivement.

Le jugement du Tribunal administratif du travail

Martin Hénault était coordonnateur à l'emploi depuis 2010. Son travail avait toujours été reconnu et apprécié par ses pairs. Son épanouissement professionnel commence cependant à s'éroder lors de l'entrée en fonction de Mme Carrier, directrice des ressources humaines et de Mme Fortier, directrice de service par intérim.

Dès son arrivée, Mme Carrier se donne la tâche de procéder à une restructuration, laquelle a pour effet de modifier les tâches de M. Hénault et de l'écartier d'un projet. Quant à elle, Mme Fortier est convaincue que des problèmes de gestions persistent et sont imputables à M. Hénault.

Dans une première lettre d'avertissement parmi plusieurs à ton dur qui suivront, Mme Fortier lui reproche de « graves manquements » et remet en question sa loyauté et son professionnalisme. Entre autres, elle l'accuse de ne pas avoir suivi la procédure pour des faits antérieurs à la modification de la procédure en question. Quand il essaie de se justifier, elle dit qu'elle « n'achète pas ses explications ». À l'occasion de la réception de lettres similaires, M. Hénault n'est pas appelé à donner sa version des faits. Et si on lui laisse la chance de s'expliquer, on lui reproche de ne pas admettre ses « fautes ». Il n'est toutefois jamais démontré que des fautes ont été commises. Ces lettres sont vagues et s'appuient tantôt sur des déclarations d'autres personnes et des faits non vérifiés. Mme Fortier dit à M. Hénault que des collègues se sont plaint de lui, mais en audience elle est incapable de dire qui, ou, et en référence à quoi. Plus absurde encore, elle lui reproche son attitude depuis qu'il est entré en fonction alors qu'elle est entrée en fonction seulement 5 années après lui.

Après avoir relaté les faits en détail, la juge entame son analyse en se référant à l'arrêt Robichaud et rappelle que l'objectif de la loi est « l'élimination d'actes répréhensibles et non la punition ». Pour la juge, il est indéniable que l'on se trouve en présence d'un exercice abusif du droit de gérance : « une charge disciplinaire brutale [...] inexplicable ».

Elle examine et reconnaît les effets néfastes du harcèlement subi pendant 18 mois sur la santé et le moral de M. Hénault et fixe des dommages en conséquence. Il n'est pas nécessaire de lire entre les lignes pour comprendre que l'octroi d'une telle somme vise à envoyer un message : le harcèlement psychologique et l'abus du droit de gérance sont intolérables.

Les retombées

Le 22 mai dernier, Radio-Canada publiait un article résumant le jugement et faisant brièvement état des inquiétudes du Syndicat. On y apprend également que le Cégep a l'intention de porter l'affaire en révision.

Le 25 mai, une lettre ouverte des cadres du Cégep est publiée dans le Journal de Lévis . On y lit au premier paragraphe : « C'est avec désolation que nous avons appris la [décision]. Nous déplorons que cette situation porte atteinte à la réputation de notre établissement et de ses dirigeants d'autant plus qu'elle ne reflète pas la réalité vécue au quotidien. » La suite de la lettre fait l'éloge de la direction et réitère la crainte de l'atteinte à la réputation de l'établissement.

Le 28 mai, Ann Gingras, présidente de la CSN Québec-Chaudière-Appalaches, adresse une lettre ouverte (3) à Jean-François Roberge, Ministre de l'éducation, l'invitant à agir. En référence à son implication dans une autre affaire où des syndicats s'opposaient au mode de gestion dans un autre Cégep dont Mme Fortier faisait partie de la direction, on lit : « Les mêmes causes produisent les mêmes effets ». Elle poursuit en déplorant la réaction du conseil d'administration qui, sauf prévoir un « diagnostic organisationnel », ne fait rien pour rassurer son personnel.

Conclusion

Un jugement fort de sens. Un employeur niant toute responsabilité et se rangeant aveuglément du côté de la direction. Des syndicats inquiets.

On ne peut être que consterné devant la réaction du Cégep Lévis-Lauzon et compatir avec M. Hénault pour qui les démarches judiciaires risquent de se poursuivre si le Cégep donne effet à son intention de procéder à une révision judiciaire du jugement.

(1)<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1705224/cegep-levis-lauzon-condamnation-harcèlement-psychologique>

(2)<https://www.journaldelevis.com/1120/Soci%C3%A9t%C3%A9.html?id=77647>

(3)<https://www.journaldelevis.com/1120/Soci%C3%A9t%C3%A9.html?id=77692>

Nos services en temps de COVID-19



Toute l'équipe du Groupe d'aide reste mobilisée à distance durant cette période difficile. Notre clientèle étant au cœur de nos préoccupations, nous demeurons disponibles pour répondre à toutes vos questions et préoccupations.

N'hésitez pas à nous contacter au 514 526-0789 ou à info@gaihst.qc.ca. Les messages sont pris quotidiennement et plusieurs fois par jour.

Pendant la pandémie de la COVID-19, le GAIHST a continué d'offrir ses services avec le même engagement et avec une équipe travaillante pour garantir la continuité des activités.

Nos départements de relation d'aide et des plaintes continuent à recevoir des demandes d'aide de personnes vivant des situations de harcèlement au travail et continuent d'offrir de l'information et de l'accompagnement dans le but de soutenir ces personnes.

Notre équipe s'adapte aux nouvelles réalités pour soutenir la clientèle à travers tous les services. Par exemple, nous avons transformé nos cafés-rencontres en groupes virtuels et ceux-ci sont bien appréciés par les participant(e)s.

De plus, les entreprises et organismes qui ont le besoin d'offrir des formations sur le harcèlement au travail ont toujours l'option de recevoir ces formations soit en personne ou par visioconférence.

Nous vous invitons à consulter nos réseaux sociaux et notre site web pour être au courant de nos activités et nos services en tout temps.

Assemblée générale du GAIHST!

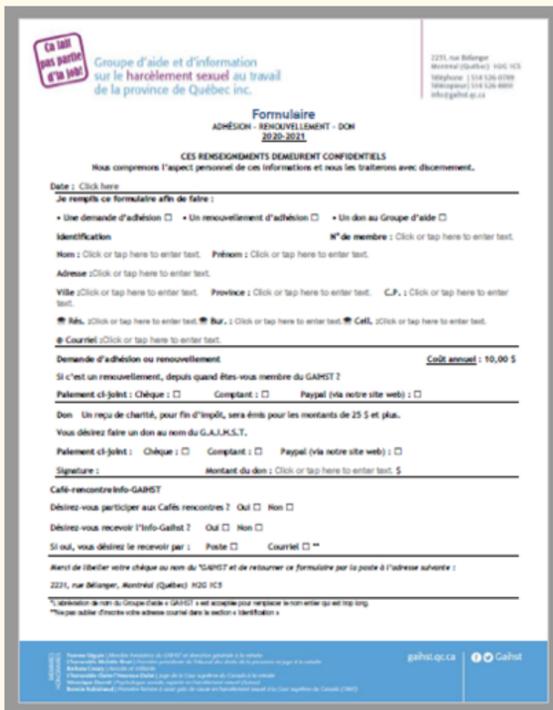
NOUS SERONS HEUREUX D'ACCUEILLIR NOS MEMBRES POUR NOTRE
PROCHAINE ASSEMBLEE GENERALE

**QUAND? 7 JUILLET 2020
À QUELLE HEURE? 18H00
PAR ZOOM!**

Les membres peuvent confirmer leur présence par téléphone au
514-526-0789 poste 200 ou par courriel à info@gaihst.qc.ca.



Devenir membre du GAIHST



Ca fait une partie d'Info-Gaï!

Groupe d'aide et d'information
sur le harcèlement sexuel au travail
de la province de Québec inc.

2215, rue Bélanger
Montréal (Québec) H3G 1G5
Téléphone : 514 526 0789
Télécopieur : 514 526 0880
info@gaihst.qc.ca

**Formulaire
ADHESION - RENOUVELLEMENT - DON
2020-2021**

CES RENSEIGNEMENTS DEMEURENT CONFIDENTIELS
Nous comprenons l'aspect personnel de ces informations et nous les traitons avec discernement.

Date : [Click here](#)
Je remplis ce formulaire afin de faire :
• Une demande d'adhésion • Un renouvellement d'adhésion • Un don au Groupe d'aide

Identification N° de membre : [Click or tap here to enter text.](#)
Nom : [Click or tap here to enter text.](#) Prénoms : [Click or tap here to enter text.](#)
Adresse : [Click or tap here to enter text.](#)
Ville : [Click or tap here to enter text.](#) Province : [Click or tap here to enter text.](#) C.P. : [Click or tap here to enter text.](#)
Tél. : [Click or tap here to enter text.](#) Fax : [Click or tap here to enter text.](#) Cell. : [Click or tap here to enter text.](#)
@ Courriel : [Click or tap here to enter text.](#)

Demande d'adhésion ou renouvellement [Coût annuel : 10,00 \\$](#)
Si c'est un renouvellement, depuis quand êtes-vous membre du GAIHST ?
Paiement ci-joint : Chèque Comptant Paypal (via notre site web)
Don : Un reçu de charité, pour fin d'impôt, sera émis pour les montants de 25 \$ et plus.
Vous désirez faire un don au nom du G.A.I.H.S.T.
Paiement ci-joint : Chèque Comptant Paypal (via notre site web)
Signature : _____
Montant du don : [Click or tap here to enter text.](#) \$

Café-rencontre Info-GAIHST
Désirez-vous participer aux Cafés rencontres ? Oui Non
Désirez-vous recevoir l'Info-Gaï ? Oui Non
Si oui, vous désirez le recevoir par : Poste Courriel **
Merci de libeller votre chèque au nom du GAIHST et de retourner ce formulaire par la poste à l'adresse suivante :
2215, rue Bélanger, Montréal (Québec) H3G 1G5
*L'abonnement de l'Info-Gaï au GAIHST est accepté pour l'année entière qu'il est reçu.
**Une page table d'adresse est à adresser courriel dans le section « Identification »

gaihst.qc.ca   

C'est le temps de l'année pour faire vos
demandes de renouvellement ou
d'adhésion au GAIHST pour l'année
2020-2021.

Vous pouvez remplir le formulaire en
ligne en visitant notre site web
www.gaihst.qc.ca/devenirmembre
ou nous écrire à info@gaihst.qc.ca
pour demander un formulaire.

Se libérer des chaînes de la culpabilité

Par : Alexandre Boudry, stagiaire en travail social
GAIHST 2019 - 2020



Se sentir coupable, c'est habituellement un sentiment de faute que l'on ressent, peu importe que cette faute soit réelle ou imaginaire. Ce sentiment naît de l'écart existant entre ce que l'on veut être, idéalement, et les actions que l'on fait réellement pour y parvenir. Le fait de se sentir coupable n'est pas toujours justifié. Difficile de faire la part des sentiments et de comprendre pourquoi on a agi comme cela. Parfois, on se fait attribuer une faute alors que nous pensons n'avoir rien à se reprocher. Cependant, le sentiment de culpabilité n'est pas toujours facile à ignorer. Les cafés-rencontres du mois d'avril tenteront de répondre aux interrogations concernant ce qui se cache derrière la culpabilité que l'on s'impose parfois à soi-même, ou sinon celle provenant des autres. Nous discuterons aussi de stratégies pouvant nous permettre de réduire ce sentiment de culpabilité pouvant être actuellement présent dans nos vies, ainsi que des pistes de réflexions pour mieux nous préparer dans des situations futures.

Tout d'abord, on peut comprendre que la culpabilité est un processus normal. Il s'agit de la réaction de notre esprit à une situation que l'on considère comme ayant subi un tort et dans laquelle nous aurions voulu intervenir pour éviter les dégâts ou effets néfastes. Aussi, en l'absence de d'autres explications, la culpabilité vient justifier et expliquer une situation. Nous sommes habitués en tant qu'humains à chercher et trouver des explications à tous les phénomènes et situations. En l'absence d'explications apparentes, nous pouvons nous attribuer l'explication à nous même, et ainsi, nous blâmer pour une situation qui ne s'est pas déroulée comme souhaité.

Ensuite, nous pouvons nous faire sentir coupable par les gens nous entourant: amis, famille, collègues, etc. Les situations interpersonnelles pouvant causer des conflits sont multiples. On peut aussi se faire blâmer quand nous sommes victimes d'un évènement difficile. Nous avons souvent tendance à vouloir croire en un monde juste et bon. Il est alors naturel pour nous de vouloir expliquer l'évènement difficile par une raison comme: si celle-ci n'avait pas agi de cette façon, cela ne lui serait pas arrivé. On peut aussi tenter de vouloir nous libérer du blâme et l'attribuer à quelqu'un d'autre. Dans ces situations, il existe certaines façons de réagir qui sont adéquates. Par exemple: il est important de manifester notre désaccord, de ne pas tenter de refouler nos sentiments face à une situation, d'apprendre à dire non, etc. Tout ceci rejoint la notion du respect de notre personne et de l'estime de soi, concept qui peut souvent être ébranlé par le sentiment de culpabilité.

Ensuite, nous pouvons utiliser l'outil intitulé *le questionnement socratique* pour installer le doute dans nos pensées. En se posant certaines questions pour questionner la validité de nos pensées automatiques, nous pouvons relativiser nos émotions souvent négatives quand nous ressentons de la culpabilité pour se libérer d'une certaine charge mentale.

Pour finir, il est important à travers le processus de libération de la culpabilité, d'agir envers soi-même avec bienveillance. Prendre conscience de l'importance de se pardonner soi-même pour certaines erreurs commises ou pour ne pas avoir agi correctement est une façon de continuer d'avancer. Aussi, tenter de changer notre discours intérieur de punition vers un discours d'amour et de clémence nous amènera vers un chemin plus harmonieux. Être bien avec soi-même, avec nos qualités comme nos défauts, c'est l'essence même du bonheur et du bien-être.

VOUS AIMERIEZ MAINTENIR DES LIENS SOCIAUX EN CETTE PÉRIODE D'INCERTITUDE?

GROUPE VIRTUEL DE DISCUSSION

LE GAIHST EST LÀ POUR VOUS!

JOIGNEZ-VOUS À UNE RENCONTRE VIRTUELLE* DE DISCUSSION EN GROUPE ANIMÉE PAR NOTRE INTERVENANTE PSYCHOSOCIALE LE
MERCREDI 8 AVRIL À 13H30

Merci de confirmer votre présence à
myriam.b.levert@gaihst.qc.ca

*Veuillez noter que vous devez avoir accès à Internet et à un ordinateur avec micro/caméra.

La gestion du stress
Écoute, entraide, soutien et stratégies

GROUPE VIRTUEL DE DISCUSSION

JOIGNEZ-VOUS À UNE RENCONTRE VIRTUELLE* DE DISCUSSION EN GROUPE ANIMÉE PAR NOTRE INTERVENANTE PSYCHOSOCIALE
mercredi 22 avril à 13h30

*Veuillez noter que vous devez avoir accès à Internet et à un ordinateur avec micro/caméra.

MERCI DE CONFIRMER VOTRE PRÉSENCE À
myriam.b.levert@gaihst.qc.ca

GROUPE VIRTUEL DE DISCUSSION

JOIGNEZ-VOUS À NOS RENCONTRES VIRTUELLES* DE DISCUSSION EN GROUPE ANIMÉES PAR NOTRE INTERVENANTE PSYCHOSOCIALE offertes au mois de mai 2020

Harcèlement et vie sociale 6 mai (14h-15h)	Discussion libre 13 mai (11h-12h)	L'affirmation de soi 27 mai (14h-15h)
---	--------------------------------------	--

*VEUILLEZ NOTER QUE VOUS DEVEZ AVOIR ACCÈS À INTERNET ET À UN ORDINATEUR AVEC MICRO/CAMÉRA.

MERCI DE CONFIRMER VOTRE PRÉSENCE À
myriam.b.levert@gaihst.qc.ca

GROUPE VIRTUEL DE DISCUSSION

LE GAIHST VOUS INVITE À VOUS JOINDRE À NOS RENCONTRES VIRTUELLES* DE GROUPE DU MOIS DE JUIN ANIMÉES PAR NOS DIVERS INTERVENANT.E.S

Discussion libre
Mercredi 10 juin 14h - 15h

L'affirmation de soi: On se pratique!
Avec Yann Morin
Mercredi 17 juin 14h - 15h

Avec Myriam Blain-Levert

Discussion autour du documentaire La loi du plus fort
<https://ici.tou.tv/la-loi-du-plus-fort-documentaire>
Jeudi 25 juin 14h - 15h

Avec Leyla Chaachay

Merci de confirmer votre présence à
cafes-rencontres@gaihst.qc.ca

*Veuillez noter que vous devez avoir accès à Internet et un ordinateur avec micro/caméra

Groupes virtuels au GAIHST

Dans la foulée de la crise sanitaire encourue en raison de la Covid-19, le GAIHST a pris l'initiative de mettre sur pied des groupes de discussion virtuels afin de maintenir et adapter ses activités auprès de la clientèle. Nous avons immédiatement constaté le besoin encore plus criant de nos membres de briser l'isolement et de discuter de leur vécu.

Au départ, les groupes furent offerts à raison de deux fois par semaine, mais vu l'engouement de la part de la clientèle, nous avons augmenté la fréquence à trois rencontres par mois. Plusieurs thématiques telles que le bien-être en temps de pandémie, la gestion du stress, le harcèlement et la vie sociale, ainsi que l'affirmation de soi furent ainsi abordées lors de ces rencontres. Bien sûr, un espace de discussion libre est toujours proposé afin que la clientèle du GAIHST puisse échanger sur leurs situations singulières et puisse trouver soutien et réconfort entre eux.

Il y a eu près de 50 participations aux groupes virtuels qui ont été proposées!

Ainsi, malgré les temps actuels difficiles, nous avons relevé le défi de maintenir nos activités et rester présents dans la vie des membres du GAIHST. Finalement, ces rencontres virtuelles ont également permis à des personnes plus éloignées de participer pour la première fois à nos activités et échanger dans un espace sécuritaire et bienveillant.

Babilard

Série de visuels du GAIHST



Nous avons créé et publié une série de visuels sur nos réseaux sociaux dans le but de sensibiliser au harcèlement au travail.

Vous pouvez voir et partager les publications en vous rendant sur notre page Facebook (www.facebook.com/Gaihst) ou notre profil LinkedIn, afin de connaître et partager avec vos réseaux les images et leur message. On souhaite rejoindre le plus de personnes possible.

On remercie notre agente de programme, Noémie, pour la création des visuels.

#Blacklivesmatter

#BlackLivesMatter a été fondée en 2013 en réponse à l'acquiescement du meurtrier de Trayvon Martin. Black Lives Matter Foundation, Inc est une organisation mondiale aux États-Unis, au Royaume-Uni et au Canada, dont la mission est d'éradiquer la suprématie blanche et de renforcer le pouvoir local pour intervenir dans les violences infligées aux communautés noires par l'État et les justiciers.

Plus d'information: <https://blacklivesmatter.com/>

**BLACK
LIVES
MATTER**



Augmentation du salaire minimum

Le 1 mai dernier, le salaire minimum au Québec est passé de 12,50\$ à l'heure à 13,10\$. Cette augmentation a été annoncée par le ministre du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale, Jean Boulet, au mois de décembre 2019.

Babillard

Gagnante concours Facebook

Félicitations à Mme Chantal Bolduc!

L'heureuse gagnante de notre concours Facebook, a eu la chance de remporter 6 paires de lunettes de soleil!

Les participants devaient aimer notre page Facebook et répondre à la question En quelle année la notion de harcèlement psychologique a-t-elle été incluse dans la Loi sur les normes du travail?

C'est le 19 décembre 2002 que le gouvernement du Québec a inclus dans la Loi sur les normes du travail des dispositions spécifiques au harcèlement psychologique (articles 81.18 à 81.20 et 123.6 à 123.16). L'entrée en vigueur de ces dispositions a été fixée au 1er juin 2004. La bonne réponse est donc 2002 et/ou 2004!



Gâteau pouding aux framboises (pour 1 personne)

INGRÉDIENTS

- * 75 ml (1/3 tasse) de framboises surgelées
- * 5 ml (1 c. à thé) de sucre
- * 45 ml (3 c. à soupe) de farine tout usage non blanchie
- * 20 ml (4 c. à thé) de cassonade tassée
- * 1 ml (1/4 c. à thé) de poudre à pâte
- * 1 petite pincée de sel
- * 15 ml (1 c. à soupe) de beurre, ramolli
- * 30 ml (2 c. à soupe) de lait
- * 1 ml (1/4 c. à thé) d'extrait de vanille

Source : Ricardo Cuisine

PRÉPARATION

1. Dans une tasse à café d'une contenance d'environ 250 ml (1 tasse), mélanger les framboises et le sucre. Réserver.
2. Dans un bol, à l'aide d'une fourchette, mélanger la farine, la cassonade, la poudre à pâte, le sel et le beurre jusqu'à ce que la pâte forme une boule.
3. À l'aide d'une spatule, incorporer le lait et la vanille. Mélanger jusqu'à ce que la pâte soit homogène.
4. Répartir la pâte sur les framboises. Cuire au four à micro-ondes environ 1 minute ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre de la pâte en ressorte propre. Laisser tiédir 5 minutes pour permettre au gâteau de terminer sa cuisson.



L'équipe du GAIHST vous souhaite un bel été!

Cindy Viau | Directrice générale
Laura Garnier | Chargée de projets
Diana Mendoza | Collaboratrice - Assistante chargée de projets
Samia Belouchi | Intervenante
Camille Chicoine-Gagnon | Intervenante
Sonia Vallières | Intervenante (Congé)
Yann Morin | Intervenant
Noémie André | Agente de programme de sensibilisation-Projet Justice Canada
Myriam Blain-Levert | Intervenante en service social
Sarah Bédard | Formatrice - Services aux entreprises

Emplois d'été Canada

Leyla Chaachay - Assistante juridique
Maude Moffet - Intervenante en relation d'aide
Joana Zghaib - Assistante juridique



fb.me/gaihst



[linkedin.com
/company/
groupedaide](https://linkedin.com/company/groupedaide)



[@GAIHST](https://twitter.com/GAIHST)

2231, rue Bélanger,
Montréal (Québec) H2G 1C5
Téléphone : 514.526.0789

Télocopieur : 514.526.8891
Courriel : info@gaihst.qc.ca
Site Web : www.gaihst.qc.ca